

**CARTA AL EDITOR**

La importancia de educar a los pacientes ostomizados: un compromiso de cuidado continuo en la enfermería

Susan Míriam Oblitas-Guerrero^{1,2,a} | Susan Del Rosario Santamaría-Oblitas^{3,b}

1. Grupo de Investigación Enfermería Social y Cuidado a la Persona Adulta - Universidad Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú.
 2. Facultad de Enfermería, Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú.
 3. Facultad de Medicina Humana, Universidad Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú.
- a. Lic. en Enfermería.
b. Estudiante de Medicina Humana.

Correspondencia:Susan Del Rosario Santamaría Oblitas
correo electrónico: oblitasg@uss.edu.pe

The importance of educating ostomy patients: a commitment to continuous care in nursing.

Señor Editor:

La presente carta tiene como objetivo resaltar la importancia en el ámbito de la atención médica, específicamente en lo que respecta a la educación de la persona que ha sido sometido a una ostomía en el proceso del alta hospitalaria y a lo largo de su vida diaria, porque significa adaptarse a la nueva convivencia con una bolsa de ostomía. En este aspecto, se busca crear una conciencia y sensibilización de los desafíos y retos que estos pacientes enfrentarán después de la cirugía, tanto a nivel físico, psicológico, emocional y familiar. Este espacio permitirá inspirar una mayor consideración, tiempo y apoyo necesario para todas las personas que enfrentan este problema de salud.

Una ostomía es la apertura quirúrgica en la pared abdominal, que establece una conexión desde un órgano interno, como el intestino, hasta la superficie de la piel. A la fecha, se estima que entre 750 000 y 1 millón de personas en los Estados Unidos tienen ostomías, y alrededor de 100 000 nuevas cirugías de ostomía se realizan anualmente (1), muchas de las cuales son temporales, lo que significa que se espera que, en la mayoría de los casos en el plazo de un año, se realice una cirugía de seguimiento para restaurar la conexión intestinal y en otras patologías es definitiva. De esta estadística, muchas de las cirugías son de urgencia, por lo que no se prepara al paciente desde un marcaje adecuado para ostomía y conozca el nuevo proceso que le permitirá adaptarse con mayor seguridad a la convivencia con una ostomía.

Dentro de los profesionales de la salud, el enfermero, no solo es el responsable de brindar cuidados especializados, sino que su papel es importante como educador y para ello debe reforzar los siguientes aspectos como el autocuidado, la sexualidad, la alimentación, el vestido y sobre todo que el paciente realice sus actividades cotidianas con confianza y seguridad junto a su red de apoyo en su hogar; la pareja o su familia (2).

El paciente despierta del postoperatorio con una bolsa de polietileno que va inflándose, conforme va recibiendo o aumentando su alimentación o bebiendo líquidos; sobre todo, va a tener que visualizar las características y el olor desagradable de las heces. Es a partir de este momento que se originan muchas dudas, preguntas e incertidumbre en el paciente y este comienza a realizarse interrogantes como: ¿hasta cuándo estaré con esta bolsa?, ¿Si me nuevo me va a doler el lugar donde está la bolsa de ostomía?, ¿Cómo será mi alimentación de ahora en adelante?, ¿Todos los días debe realizarse el cambio de la bolsa de ostomía?, ¿Cuándo me sacarán esta bolsa?, es incómoda, ¿cómo podré cubrirme con la ropa?, ¿Todo el mundo se dará cuenta de que llevo delante una bolsa de ostomía?; la vida es totalmente diferente.

Ante este contexto es fundamental que la educación sobre el manejo de la ostomía comience en el hospital. Después de la cirugía se aborda al paciente en una atención de enfermería especializada y en esta se deben incluir primordialmente y como primer paso la educación en el cuidado de la ostomía. En la práctica diaria es necesario y oportuno que los pacientes aprendan a realizar la limpieza óptima del lugar del estoma. No dejar que la

bolsa se llene más de dos tercios del tamaño y, si es posible, drenarla cada cuatro horas. El cambio de bolsa de ostomía se tiene que realizar cada 5 a 7 días y eso va a depender mucho del cuidado de la piel periestomal que este siempre seca, limpia y sin irritación. Al cambio de la bolsa medir correctamente con ostómetro el diámetro de la ostomía para que la bolsa selle adecuadamente dentro del estoma y evitar las infecciones o irritaciones de la piel.

De la experiencia en la atención especializada en estos pacientes, un dato importante es que el paciente debe organizarse con tiempo y adquirir accesorios y material para cada cambio de bolsa, como la bolsa de ostomía para adultos de una o doble pieza según las características de la estoma. También deberá contar con pañitos húmedos sin alcohol, papel toalla, tijera para ostomía, ostómetro, caja de bolsas de ostomías de una o doble pieza y bolsas plásticas para desechos de residuos sólidos. Es necesario contar con pasta para ostomías, polvo Brava en el caso de que se presentara un cuadro de dermatitis en la zona periestomal y película protectora de piel. A la fecha también se cuenta con otros accesorios como fajas, fundas de tela de ostomías que vienen del color de la ropa que el paciente puede llevar, hay tanto para adultos y niños, por lo tanto, juega una pieza importante al cubrir correctamente la bolsa de ostomía.

Un punto importante, es la adaptación emocional. Para ellos, la enfermera debe abordar los aspectos emocionales y psicológicos de convivir con una ostomía. Es probable que los pacientes pueden experimentar momentos o crisis de ansiedad, depresión y temores relacionados con la autoimagen (3). Si partimos de una educación integral al paciente le brindamos seguridad y sobre todo se debe brindar apoyo emocional y recursos para lidiar con estos aspectos. En los primeros días se debe brindar momentos de escucha activa, empatía tanto al paciente como la familia, resolviendo sus preocupaciones, temores o interrogantes.

En el aspecto de la nutrición y dieta, se debe partir de la edad, sexo, peso, talla, comorbilidades y estado nutricional. Ante la presencia de una colostomía o ileostomía, la alimentación puede afectar la función de la ostomía. Ciertos alimentos pueden producir obstrucción o diarrea, o el ingreso de los líquidos, alimentos semisólidos o sólidos y además tener en cuenta la administración de medicamentos. Es probable, que el paciente presente un mayor riesgo de tener un desequilibrio de electrolitos, por lo tanto, debe estar en constante vigilancia de ingresos y egresos, mediante un balance hidroeléctrico adecuado.

En cuanto a la actividad física, se debe realizar bajo supervisión profesional y con precauciones específicas, es totalmente posible disfrutar de un estilo de vida activo y saludable, incluso después de una cirugía de ostomía. Los beneficios tanto físicos como mentales de la actividad física han sido ampliamente documentados. Sin embargo, en el caso de las personas ostomizadas, mantener un peso saludable y fortalecer los músculos no solo es beneficioso, sino que también puede ayudar a prevenir el desarrollo de hernias paraestomales.

Por ello, la educación del paciente ostomizado no solo ayuda a garantizar un manejo adecuado de su ostomía, sino que también contribuye significativamente a su calidad de vida junto a su familia (3). La atención posterior a la cirugía no debe limitarse al entorno hospitalario, sino también se deben coordinar una transición efectiva entre la atención hospitalaria y la atención en el hogar, lo que incluye el seguimiento de la educación del paciente y la disponibilidad de recursos de apoyo.

En conclusión, la educación del paciente ostomizado es una responsabilidad compartida entre los profesionales de la salud, especialmente de la enfermera, el paciente, cuidador o familia. Es un componente esencial y fundamental en la atención postoperatoria que contribuye a mejorar la calidad de vida de los pacientes y reducir el riesgo de complicaciones o reingresos hospitalarios. Se enfatiza la atención continua y una educación integral en el cuidado de la persona que convive con una ostomía, y se comprende la importancia de esta atención en la práctica de enfermería especializada.

Conflicto de intereses: Los autores de la presente investigación declaran no tener conflicto de interés

Financiamiento: autofinanciado

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS

1. Delgado EM, Ordoñez GCO, Ochoa KS, Duque JB. Conocimiento de profesionales de enfermería del cuidado de personas con ostomías de eliminación. *Cultura del cuidado*. 2023;20(2):24-42. Doi: 10.18041/1794-5232/cultrua.2023v20n2.10787
2. Mesa MPQ, Fernández JKD, Rodríguez LYV, Plazas LB, Barragán SPP. Experiences and Perceptions in Dyads about Ostomy Care. *Meta-synthesis of Qualitative Studies*. *Invest Educ Enferm*. 2022;40(2):e12. Doi: 10.17533/udea.iee.v40n2e12.
3. Marrero-González CM, Pérez-Herrera A, García-Hernández AM, Marrero-González CM, Pérez-Herrera A, García-Hernández AM. La sexualidad cuando se porta una ostomía. Una revisión de los estudios cualitativos entre 2012 y 2022. *Revista Ene de enfermería [Internet]*. 2023 [citado el 6 de noviembre de 2023];17(1). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1988-348X2023000100006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
4. Barrientos Sulca S, Oblitas Guerrero SM. Capacidad predictiva de las escalas de valoración en la prevención de úlceras por presión en adultos. *Predictive capacity of the scales of assessment in the prevention of ulcers by pressure in adults [Tesis de especialidad en enfermería]*. Lima: Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Norbert Wiener; 2023. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/2628>